

الندم الموقفي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من النساء المطلقات حديثاً

في محافظة الكرك

الدكتور سامي محسن الختاتنه

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الندم الموقفي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من المطلقات حديثاً في محافظة الكرك، وقد تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك، وتم التعرف عليهن من خلال مراكز التنمية الاجتماعية، ومؤسسات حماية الأسرة المنتشرة في الكرك، ووزارة العدل. وقد طبقت الدراسة على (115) امرأة كانت هي مجموع أفراد عينة الدراسة، وقد تم استخدام الأدوات التالية: مقياس الندم الموقفي من تطوير الباحث، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد (مخيمر، 2002) ، توصلت نتائج الدراسة إلى أن الندم الموقفي لدى النساء المطلقات حديثاً كان متوسطاً سواء بالدرجة الكلية أو الأبعاد، وأن مستوى الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك قد جاء بالدرجة الكلية منخفضاً، وقد ظهر ذلك أيضاً في التحكم ، بينما جاء الالتزام والتحدي لدى النساء المطلقات متوسطاً، وأن معظم الأبعاد كانت مرتبطة بطريقة سلبية معاً، وذات دلالة إحصائية بمعنى أنه كلما زاد الندم الموقفي لدى المرأة انخفض لديها مستوى الصلابة النفسية، والعكس صحيح حيث إن الارتباط عكسي، وقد أوصت الدراسة بضرورة العمل من خلال ورش العمل في المراكز الأسرية على رعاية النساء قبل الطلاق حتى لا يقع.

Situational Remorse and its Relation to the Psychological Rigidity of a Sample of Newly Divorced Women in Al-Karak Governorate

Abstract

The current study aimed to identify the level of remorse and its relation to psychological rigidity among a sample of newly divorced women in Al-Karak Governorate. The study population consisted of all newly divorced women in Al-Karak Governorate. They were identified through social development centers, family protection departments, and the Ministry of Justice. The study was carried out on 115 women who were the total sample of the study. The following instruments were used: the situational remorse scale, developed by the researcher, and the psychological rigidity scale, prepared by Mekhemer (2002). The results of the study revealed that the situational remorse of newly divorced women was moderate and that the level of psychological rigidity of newly divorced women was generally low among them . This was shown in the control dimension, while the commitment and challenge dimensions of divorced women were of moderate average. Most dimensions were related to each other negatively and significantly. This indicated that more situational remorse meant less psychological rigidity. The study recommended that it is important to work through workshops in the family centers to take care of women to prevent divorce before it occurs.

المقدمة:

إن الوقوع أو ارتكاب الأخطاء هو جزء لا يتجزء من حياة الفرد، فلا بد للفرد من التعرض لتلك الأخطاء أثناء مراحل حياته بشكل أو بآخر، بحيث يسلك سلوكات غير مرغوبة اجتماعياً وأخلاقياً وعقائدياً، وهنا يلعب المجتمع دور القاضي في الحكم على سلوكات الفرد غير السوية.

إن الشعور بالندم هو بمثابة تهديبية يقلع الفرد بها عن أخطائه إذا كان بمستوى طبيعي غير مبالغ فيه ولكن لا يصل إلى حد الشعور بالندم الوهمي الذي يعرقل تفكير الفرد ويضخم الأخطاء كما هو الحال لدى مرضى الاكتئاب فهو العامل الأساسي والمميز في تشخيص الاكتئاب عن بقية الاضطرابات الأخرى إذ يعد الشعور بالندم المرضي من المشكلات النفسية التي يمكن ان تعوق الفرد عن أداء دوره الاجتماعي وتوافقه وارتقائه (الأنصاري، 2001).

ويمر الفرد خلال مراحل حياته المختلفة بمجموعة من التحديات التي تحول دون تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته ودوافعه، وتحد من رغباته فيشعر بانفعال خاص يُشعره بالإحباط وقلة الحيلة، وتختلف القدرة على مواجهة هذه التحديات والصعوبات من فرد إلى آخر، فمن الأفراد من يصاب بالإحباط، ومنهم من يتمتع بالصلابة النفسية، إذ تمكنهم من مواجهة المتاعب والتغلب على التحديات وصعوبات الحياة اليومية بدرجة عالية من التحمل (صبيحي، 2003).

ومن السمات الشخصية التي قد تتأثر بالندم الموقفي الصلابة النفسية، إذ تعدُّ الصلابة النفسية عاملاً مهماً للتمتع بالصحة النفسية الجيدة، إذ إنها تعبر عن مجموعة من الخصائص النفسية التي تشمل ثلاثة أبعاد وهي: الالتزام، والتحكم، والتحدي، وهذه الخصائص تساعد على التمتع بصحة نفسية وجسمية جيدة، بالرغم من تعرض الفرد للأحداث الضاغطة، ويستخدم مصطلح الصلابة النفسية للدلالة على مجموعة من الصفات التي تعكس الشعور بالتفاؤل، وقوة الشخصية، ومواجهة المتطلبات البيئية، وبالتالي الشعور بالإيجابية (Fletcher & Sarker, 2013).

لقد تم التركيز في الدراسات المتعلقة بالصلابة النفسية، على ممارسة الأداء الجيد في المواقف الصعبة، وابتكار مواقف ومهارات جزئية لتحمل التحديات والعقبات، أثناء الكوارث والأزمات، ومواقف التفاعل الاجتماعي، والمثيرات المحيطة بالفرد، وهذه المهارات الجزئية كلها تحسن الأداء النفسي، بالرغم من التعرض للأحداث السلبية الضاغطة، بالإضافة إلى نمو مفهوم الصحة النفسية، (خنفر، 2014)، وكمثال على ذلك دراسة (العبدلي، 2012) التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين (غالبية) أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) من جهة أخرى.

والطلاق هو انفصال رابطة الزواج عن طريق ترتيبات نظامية يضعها المجتمع في الغالب استناداً إلى أسس دينية سائدة (جرادات، 2000) ويشير الشعراوي (1993) إلى أن نسبة الطلاق ترتفع في المجتمعات الصناعية بمرور الوقت، فقد سجلت الإحصاءات في عام 1988 أعلى نسبة طلاق لصالح الولايات المتحدة الأمريكية، حيث بلغت حالات الطلاق 246 حالة لكل 1000 حالة زواج.

وفي العالم العربي، بلغت نسبة الطلاق في المجتمع المصري (30%) لكل 1000 حالة زواج، بمعنى أن حالات الطلاق تصل ما يقارب (60) ألف حالة طلاق سنوياً، وتصل نسبتها إلى حالة طلاق لكل 4 حالات زواج. أما في الكويت فقد بلغت 154 حالة طلاق تقريباً لكل 1000 حالة زواج (الثاقب، 1999). وفي الأردن بلغ عدد حالات الطلاق عام (2015) هو (526) حالة طلاق حسب إحصائية وزارة العدل.

وبالتالي إن المرأة المطلقة في بداية طلاقها قد تعاني من التحديات في مواجهة المواقف الحياتية وغير قادرة على التكيف مع ظروف الحياة الجديدة مما قد ينعكس على شعورها بالندم الموقفي ويؤثر في صلابتها النفسية.

مشكلة الدراسة:

تعد خبرة الطلاق من الخبرات المؤثرة في حياة الفرد حيث تحتاج فيها شخصية الفرد إلى امتلاك مهارات حياتية والتعامل مع تحديات وصعوبات ومتغيرات عديدة التي يمكن أن تواجه الفرد لأن المرور في خبرة الطلاق يشكل الكثير من الضغوطات التي قد تؤدي إلى الشعور بالندم وتؤثر في الصلابة النفسية لدى المرأة النفسية، حيث إن الندم الموقفي من المشكلات التي لها انعكاسات سلبية في شخصية المطلقة، وقد يؤدي تزايد وتكرار شدة هذا السلوك في الحياة اليومية إلى اضطرابات نفسية وسلوكية لديها، وقد يترك آثاراً نفسية لدى المطلقة منها انخفاض في مستوى التكيف النفسي وزيادة في المشكلات السلوكية واضطرابات القلق والاكتئاب والأرق، وقد تؤدي انخفاض الصلابة النفسية لدى المرأة إلى زيادة شعورها بالإحباط والتشاؤم والغضب في الحياة. وقد لاحظ الباحث من خلال تعامله مع العديد من المطلقات في مكان عمله وبحكم طبيعة عمله بأن هناك بعض المشاعر المتذبذبة لدى المطلقة وتنوع في وجهة نظر المطلقة نحو الحياة فمنهن ما كان لديها صلابة نفسية عالية بعد الطلاق بينما تراجع الصلابة لدى بعضهن، وقد شعرت بعض النساء بالندم الموقفي بينما لم تشعر أخريات، ونتيجة لذلك فقد ارتأى الباحث إجراء هذه الدراسة التي لم تجر من قبل - في حدود علم الباحث -.

ولذلك تسعى الدراسة الحالية إلى الإجابة عن التساؤل التالي: هل هناك علاقة بين الندم الموقفي والصلابة النفسية لدى المرأة المطلقة حديثاً في محافظة الكرك؟.

ويتفرع عن هذا السؤال الأسئلة الرئيسية التالية:

- 1- ما مستوى الندم الموقفي لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك؟
- 2- ما مستوى الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك؟
- 3- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين الندم الموقفي والصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك؟

أهداف البحث:

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

- 1 - التعرف على مستوى الندم الموقفي لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك.
- 2 - التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك.
- 3 - التعرف على العلاقة بين الندم الموقفي والصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً.

أهمية البحث:

تتبع أهمية البحث الحالي مما يلي:

الأهمية النظرية

- 1 - تتبثق أهمية البحث من أهمية الفئة التي يستهدفها وهي النساء المطلقات حديثاً حيث تعدّ خبرة الطلاق من أكثر المراحل المهمة في حياة المطلقة.
- 2 - يسهم هذا البحث في إثراء الأدب النظري المتعلق بموضوع الندم الموقفي وعلاقته بالصلابة النفسية، والمرأة المطلقة.
- 3 - إن هذا البحث سيسهم أيضاً بجذب اهتمام الباحثين والدارسين بهذا الموضوع والتوسع في دراسته مستقبلاً وذلك بربطه مع متغيرات أخرى لدى الباحثين في مراحل نمائية مختلفة .

الأهمية التطبيقية

- 1 - تتجلى أهمية هذا البحث من كونه سيساعد المختصين والعاملين في الميادين النفسية والتربوية على تطوير أساليب وبرامج إرشادية، التحكم بآثار واعراض ونتائج الندم الموقفي في الأوساط التربوية، مما ينعكس إيجابياً على المجتمع ككل، وتدريب المختصين والعاملين في الميدان التربوي على استخدامها.
- 2 - تتبثق أهمية البحث في هذا الجانب من كونها ستساعد المهتمين والباحثين، في وضع أسس وتعليمات من شأنها مساعدة المرأة المطلقة في التعامل مع المشكلات التي تواجهها.

التعريفات المفاهيمية والإجرائية:

مفهوم الندم الموقفي:

يقصد به حالة انفعالية مؤلمة يشعر فيها الفرد بالأسف والمسؤولية ويرغب في الاعتذار للتخلص من لوم الذات المستمر (ابو أسعد والمحاميد، 2009)، كما وعرف الندم على أنه شعور الفرد بالأسف نتيجة لاقتراه فعلاً ما وهو بمثابة الاعتراف بالخطأ (Baumeister., Stillwall., & Heatherton, 1998)، وعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي تحصل عليها المطلقة على مقياس الندم الموقفي الذي تم إعداده لأغراض هذه البحث.

مفهوم الصلابة النفسية:

يقصد بها قدرة الفرد على مواجهة الضغوط بمهارات المواجه التالية، التحكم، الالتزام، التحدي، (Garson,1998)، وتعرف إجرائياً بأنها الدرجة التي تحصل عليها المطلقة على مقياس الصلابة النفسية الذي تم إعداده لأغراض هذه البحث.

المرأة المطلقة حديثاً:

هي المرأة التي تطلقت خلال آخر سنتين في العامين 2015-2017 م.
حدود الدراسة:

يتحدد البحث الحالي بالآتي:

1. الحدود الزمانية: يتحدد إجراء هذا البحث من العام 2017.
2. الحدود المكانية: محافظة الكرك.
3. الحدود الموضوعية: اقتصر البحث على النساء المطلقات حديثاً.
4. حدود متعلقة بأدوات البحث: تم العمل على تطوير مقياس الندم الموقفي ومقياس الصلابة النفسية مع مراعاة الخصائص السيكومترية.

الاطار النظري:

يعد الندم من أقدم الحالات النفسية التي عرفتھا النفس البشرية، له جذوره الأساسية في التربية والتنشئة الأخلاقية والاجتماعية من جانب ويرتبط بالضمير من جانب آخر، كما أنه على علاقة وثيقة بأحاسيس الفرد ووجدانه وانفعالاته ويرتبط ارتباطاً واضحاً بعامل الذنب ومشاعر الإثم (الكيسي وعبدالله وبشير، 2013). وقد عرفه بامبستر وآخرون (Baumeister, et. al., 1995)، بأنه أحد المشاعر السلبية المرتبطة بارتكاب فعل ما يدفع الفرد للاعتراف بالخطأ والاعتذار والرغبة في تعويض الضرر. كما وعرفته موسوعة الندم (Encyclopedia Remorse, 2005) بأنه عبارة عن انفعال يحدث لشخص يشعر بأنه قد ارتكب فعلاً منافياً للعرف الأخلاقي، ويمتاز هذا الانفعال بالشعور بالأسف والكرهية الذاتية والرغبة بتصحيح الخطأ وجعله ضمن السياق الصحيح.

وهناك العديد من الاتجاهات النظرية المفسرة للندم الموقفي ومنها النظرية الانفعالية نظرية جيمس (James)، حيث رأى أن تجردنا من أي شعور (جميع المشاعر التي تظهر علاماتها على الجسد)، دون ترك أي أثر، فهذه الحالة تعد مبالغة لأن الحالات الجسدية تعد في الحقيقة عنصراً مهماً في جميع الانفعالات بالرغم من أنها تختلف حسب نوع الانفعال أو الشعور. بينما رأت النظرية التحليلية لفرويد أن الشخصية مكونة من ثلاثة أنظمة أساسية هي: ID والأنا Ego والأنا الأعلى Super Ego تتفاعل باستمرار فيما بينها، وتأخذ شكل الصراع في الغالب لأن لكل واحدة منها أهدافاً مختلفة، كما أوجد الشعور بالذنب أو الإحساس بالندم حواجز فاصلة على هيئة رقابة بين مكونات الأجهزة النفسية الثلاثة (Morris & Albert, 2001).

وقد ميزت لويس Louis بين الندم والشعور بالذنب، فالندم يرتبط بارتكاب الأمور المحرمة مثل الفواحش في حين لا يشترط في الذنب ارتكاب الفواحش، أما تايلور Taylor فقد عدّ الندم نتيجة لارتكاب أمر خلقي وبالتالي يشعر الفرد بالأسف والحسرة على ما اقترف من فعل غير أن الذنب مفهوم قانوني يكون الشخص فيه مذنباً إذا تخلى القانون التشريعي وبالتالي يستحق العقاب، في حين أكد كارول Carol أن الندم هو أحد الأعراض العامة للشعور بالذنب وهو ذنب أخلاقي ناتج عن صحوّة الضمير والرغبة في التوبة عن الأذى الذي يعتقد الفرد المذنب بأنه قد ألحقه بشخص ما، وعلى هذا ظهرت ثلاث وجهات نظر لتفسير الندم: يركز الاتجاه الأول على أن الندم حالة انفعالية ذاتية تتضمن مشاعر مؤلمة نابعة من ضمير الفرد نتيجة ارتكابه معصية أو فاحشة أو انتهاكه لأي أمر خلقي يعاقب عليه المجتمع، بينما يركز الاتجاه الثاني على الحالة الانفعالية التي يشعر بها الفرد بالأسف والحسرة ولوم الذات والرغبة في تقديم الاعتذار نتيجة لارتكاب فعل واقع الضرر بالآخرين، ويهتم الاتجاه الثالث بتمييز شعور الفرد بالأسف عما ارتكبه من فعل في الماضي مهما كان نوع الفعل الذي ارتكبه وهو بمثابة الاعتراف بالخطأ ولا يشترط لهذا الفعل أن يكون قد أوقع الضرر بالآخرين (الأنصاري، 2001).

أما من حيث الصلابة النفسية، فيمر الفرد خلال مراحل حياته المختلفة بمجموعة من التحديات التي تحول دون تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته ودوافعه، وتحد من رغباته فيشعر بانفعال خاص يُشعره بالإحباط وقلة الحيلة، وتختلف القدرة على مواجهة هذه التحديات والصعوبات من فرد إلى آخر، فمن الأفراد من يصاب بالإحباط، ومنهم من يتمتع بالصلابة النفسية، إذ تمكنهم من مواجهة المتاعب والتغلب على التحديات وصعوبات الحياة اليومية بدرجة عالية من التحمل (صبحي، 2003).

وتعدّ الصلابة النفسية عاملاً مهماً وحيوياً في الصحة النفسية، وقد أشارت العديد من الدراسات إلى وجود علاقة قوية بين المشاعر الإيجابية والصلابة النفسية، وعلاوة على ذلك فإن الصلابة النفسية تؤدي إلى

زرع المشاعر الإيجابية لدى الآخرين، مما يساعد الأفراد على مواجهة التجارب المجهدة بسرعة وكفاءة (Tugade, Barbara & Lisa, 2004).

ويعرف فنك (Funk, 1992) الصلابة النفسية أنها خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتمييزها الخبرات البيئية المتنوعة (المعززة) المحيطة بالفرد منذ الصغر. فالصلابة النفسية هي سمة من سمات الشخصية التي تمدنا بالشجاعة لمواجهة التحديات والشدائد وتحويلها إلى ميزة بدلاً من الإحساس بالعجز (Foster., Mindi & Doin 2003).

تمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط والاحتفاظ بالصحة النفسية والجسدية، كما أنها تقي الفرد من آثار الضغوط الحياتية المختلفة، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وهدوءاً انفعالياً، ومن خلالها يستطيع الفرد تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً، كما أنها تعمل على حماية الفرد من الأمراض الجسمية والاضطرابات النفسية (السيد، 2007).

ويتميز الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية بأنهم، ملتزمون بالعمل الذي يوكل إليهم، ولديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلاً من شعورهم بالضعف حيالها، وينظرون إلى التغيير على أنه تحدٍ عادي حيث لا يشعرون بالتهديد، ويجد هؤلاء الأفراد في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارسة اتخاذ القرار (حمادة وعبد اللطيف، 2002).

وهناك العديد من النظريات التي تناولت متغير الصلابة النفسية من زوايا عديدة منها من أهم النماذج التي اعتمدت على نظرية كوبازا (Kobasa) نموذج لازروس حيث إنه ناقش النظرية ومدى ارتباطها بعدد من العوامل، وحددها في ثلاثة عوامل وهي (Lazarus, 1976) البنية الداخلية للفرد، والأسلوب الإدراكي المعرفي، والشعور بالتهديد والإحباط. وتعتمد كوبازا في نظريتها للصلابة النفسية على افتراض أن التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمراً ضرورياً، بل إنه حتمي لا بد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي، وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث، ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة وهي الالتزام والتحكم والتحدي (راضي، 2008).

يمثل الزواج النقاء وعشرة دائمة بين شخصين تربيا في بيئتين مختلفتين. وكلا منهما له خلفيته الثقافية من قيم ومعايير وعادات وتقاليد، وخلفيته النفسية من وساوس وهواجس و مخاوف، وخلفيته الاقتصادية من مستوى معيشة تربي عليه سنوات طويلة من حياته. لذلك تستغرق الحياة المشتركة التي تجمع الزوجين فترة من الزمن لكي يتحقق نوع من التكيف بينهما ويقوم كل طرف منهما بتعديل أدوارها الاجتماعية بحسب الموقف الجديد الذي خلقه الزواج. ولا يقتصر الأمر على الزوجين فحسب بل يتعداه إلى أسرة الزوج وأسرته، فقد طرأ على كل منهما عضو جديد، عليهم أن يتفاعلوا معه من ناحية ومع أسرته من ناحية أخرى. فالزواج ليس رابطة بين شخصين فقط وإنما هو علاقة وثيقة بين أسرتين أيضاً (الثاقب، 1999).

ويعرف الطلاق هو انفصال رابطة الزواج عن طريق ترتيبات نظامية يضعها المجتمع في الغالب استناداً إلى أسس دينية سائدة. ويعد الإسلام الطلاق أبغض الحلال عند الله لأنه يتسبب في تفكك الأسرة وما ينجم عن ذلك من مشكلات تقف حجر عثرة في التماسك الاجتماعي للمجتمع. ولكن مشروعيته تتبع من كون الحياة أصبحت مستحيلة بين الزوجين فإذا استمرت بطريقة أو بأخرى تعمقت المشكلات وازدادت وكان لها تأثير سلبي بحيث لا يمكن الوقوف أمام تيارات أبعادها المرضية على أعضاء الأسرة وبالتالي على المجتمع ككل (جبارة، 1986)

ويبدو أن لظاهرة الطلاق علاقة بما يحدث من تغير اجتماعي ثقافي في مجتمع معين، في زمان معين، وبالتالي تغير في الاتجاهات والسلوك بين أفراد المجتمع وجماعاته وطبقاته الاجتماعية (الهزاني، 2012). ويأتي الطلاق على أنواع عدة فمن الطلاق الرجعي: وهو الطلاق الذي يحق للزوج إعادة مطلقة إلى حياته دون عقد جديد ما دامت في العدة، سواء برضاها أو عدمه، والطلاق البائن بينونة صغرى وهو الطلاق الذي لا يملك الزوج الحق في إرجاع زوجته إلا بعقد جديد، والبائن بينونة كبرى وهو أن يطلق الرجل زوجته (ثلاث طلاقات) ولا يحل له إرجاعها حتى تنتهي عدتها وتنكح زوجاً آخر غير مؤقت أو مقيد بشرط، ثم يطلقها هذا الزوج بمحض إرادته وتنتهي عدتها منه، وبعد ذلك يتقدم المطلق الأول لخطبتها فإن شاعت رفضت وإن شاعت رضيت (الخالدي، العلمي، 2009).

وهناك العديد من النظريات التي فسرت زيادة نسب الطلاق في المجتمع ومنها التفسيرات الثقافية والاجتماعية التي أرجعت ارتفاع معدلات الطلاق في العصر الحديث إلى عوامل اجتماعية وثقافية واقتصادية منها تعقد الحياة الصناعية، وخروج المرأة للعمل منحها الاستقلالية المادية التي جعلتها قادرة على اتخاذ قرار الطلاق وانهاء الحياة الزوجية، وسوء الاختيار الزواجي، بينما ركزت التفسيرات النفسية كنظرية التعلم Learning Theory على أن الطلاق حدث بسبب عدم حصول كل من الزوجين على الثواب من الآخر، وشعورهما بالحرمان من إشباع حاجتهما في الزواج، أو تعرضهما للعقاب، وشعورهما بالتوتر والقلق في تفاعلها معاً، مما يجعل الطلاق وسيلة لتخليصهما من هذه المشاعر. واهتمت بالمقابل نظرية التبادل الاجتماعي Social Exchange Theory على نظرية الربح النفسي في التفاعل الاجتماعي عند هومانز وزملائه، وأرجعت الطلاق إلى حرمان الزوجين أو أحدهما من الربح النفسي في تفاعلها معاً، أو شعورهما بالخسارة النفسية في وجودها معاً، وبالتالي يتخلى الشخص عن علاقته التي تمنعه من إشباع حاجاته، وينجذب إلى الشخص الذي يجد في تفاعله معه ما يشبع حاجاته (أبو أسعد والخاتنته، 2011).

ويؤثر الطلاق على الزوجة (المطلقة) وخاصة ببداية فترة الطلاق ومن أبرز تلك الآثار النفسية كالشعور بالقلق، وعدم الثقة في الآخرين، والشعور بالندم ولوم الذات، والشعور بالوحدة، والشعور بالحرمان من الأطفال، والاكنتاب، وفقدان الرغبة في تكرار الزواج، وفقدان الثقة في الآخرين، والارتباط بالماضي والذكريات السعيدة أو المؤلمة. بينما تظهر آثار اجتماعية عديدة ومنها: تغير نظرة المجتمع إليها، وبقاؤها أسيرة للقيود الاجتماعية، والحرمان من المجتمع وكلام الناس ونظراتهم وتدخلاتهم، والحساسية الزائدة لتدخل الأهل وانتقاداتهم (المالكي، 2001)

الدراسات السابقة:

جاءت دراسة كلارك وهارتمان (Clark & Hartman, 1996) بعنوان أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على الحالة الصحية والشعور بالكرب النفسي لدى عينة من الراشدين القائمين على رعاية أقاربهم من المسنين، تكونت عينة الدراسة من (53) شخصاً، وقد طبق فيها الأدوات التالية، مقياس التكرار والمدة، وقائمة المشكلات السلوكية، مقياس المشاركة في المهمة، قائمة النظرة الشخصية، قائمة بيك للاكتئاب، مقياس الحالة الطبية والأعراض الجسمية، وقد أشارت النتائج إلى دور الصلابة في تقليل أثر الضغوط وزيادة الصحة النفسية، كما أن الصلابة النفسية والتقييم المعرفي يمكن أن يساعد في التنبؤ بالكرب النفسي، وذلك من خلال درجات الاكتئاب والرضا عن الحياة.

وأجرى كل من كويليز وبايبي (Quiles & Bybee, 1997) دراسة بعنوان الشعور بالذنب وعلاقته بالصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية والتدين، حيث طبقت الدراسة على عينة من طلبة الجامعة قوامها (101)

من طلبة إحدى الجامعات الأمريكية، وأظهرت النتيجة أن الشعور بالذنب يرتبط بدرجة مرتفعة بكل من: الخزي، الوسواس القهري، الاكتئاب، القلق والأفكار الاضطهادية، والحساسية الاجتماعية والمخاوف والعداوة، ونستنتج من هذه الدراسة أن الشعور بالندم والذنب يرتبطان بدرجة منخفضة مع الصحة النفسية والتكيف.

قام كلا من تشينج وليو (Cheung & Liu, 1997) بدراسة بعنوان: الضغوط النفسية (القلق والاكتئاب) وعلاقتها بالضغوط الاجتماعية والدعم الاجتماعي، تكونت عينة الدراسة من (301) من المطلقات الصينيات من سن 28-59 سنة، وقد تبين من نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين كل من الضغوط الاجتماعية والضغط النفسي لدى الأمهات المطلقات حيث تزداد الاضطرابات النفسية كلما تبين وجود علاقة سلبية بين الضغوط الاجتماعية والدعم الاجتماعي حيث تقل الضغوط النفسية والاضطرابات كلما توفر الدعم الاجتماعي.

كما أجرى بيرنان (Brennan, 2000) دراسة بعنوان: "الصعوبات والمشاكل الصحية والضغط النفسي الذي قد يواجه المرأة المطلقة"، بهدف الكشف عن العلاقة بين شخصية المرأة وبين مدى مواجهتها للمصاعب، وإن كانت الحالة العقلية وشخصية المرأة المطلقة تتأثر بالضغوط النفسية التي قد تتعرض لها، واعتمدت الدراسة على استمارة استطلاع الرأي لقياس الصعوبات والكشف عن المشاكل التي تواجه المرأة المطلقة، وأسفرت النتائج عن أن هناك مجموعة من السيدات المطلقات أظهرن بعض القوة في مواجهة التأثيرات السلبية للطلاق، إلا أنها لم تظهر بالأدلة تأثيرات ذلك على المجموعة الأخرى، وتعزى ذلك على الاختلاف في الصفات التي تميز كل شخصية عن الأخرى.

كذلك درس كل من بيرسين وسكردسون وفريدريك وجودجونسون (Peersen, Sigurdsson, Fridrik., Gudjonsson, 2000) دراسة بعنوان العلاقة بين الندم العام والمحدد المرتفع ودور ذلك في الشخصية، وقد طبقوا الدراسة على (82) طالباً من طلبة الجامعة على وشك التخرج، وكان من أهم ما توصلوا له وجود علاقة سلبية بين مقياس أيزنك للشخصية، Eysenck Personality Questionnaire مع الشعور بالندم الموقفي لدى الطلبة، بمعنى كلما كان الطلبة أكثر ندماً كلما أثر ذلك بطريقة سلبية في شخصياتهم.

كما أجرى في مجال متغير الندم الموقفي دراسات عديدة، إذ أجرى (الأنصاري، 2001)، دراسة بعنوان بناء مقياس الذنب وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى عينة من طلاب جامعة الكويت، التي تألفت عينتها من (317) طالباً وطالبة، حيث تم تطبيق مقياس الندم الموقفي ومقياس الذنب ومقياس الخزي ومقياس الحرج ومقياس يقظة الضمير ومقياس الخجل ومقياس الانبساط والعصابية المنفرعين من اختبار أيزنك للشخصية، وأظهرت النتائج عن تجمع الندم تحت عامل أحادي القطب وأطلق عليه عامل الذنب والذي يتشعب جوهرياً بالذنب والندم والخزي والحرج ويقظة الضمير، كما كشفت النتائج عن وجود فروق جوهريّة بين الجنسين في الندم إذ حصلت الإناث على متوسط أعلى من الذكور، وكذلك عن وجود فروق في سمات الشخصية بين الأفراد الأكثر ندماً من الأفراد الأقل ندماً.

وتناولت دراسة تونسي (2002) بعنوان: "القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة"، تم تطبيق الدراسة على (180) من المطلقات و(180) من غير المطلقات في مدينة مكة المكرمة، وتوصلت النتائج أن المطلقات تعانين قلقاً واكتئاباً أعلى مقارنة مع غير المطلقات، والمطلقات في سن مبكرة أكثر عرضة للقلق والاكتئاب بدرجة دالة إحصائياً، إلا إن أثر الطلاق يمكن أن ينخفض وبدلالة إحصائية

مع طول المدة بعد الطلاق، ومع الظروف الاجتماعية، في حين تبين أن للمهنة والدخل الخاص أهميتها لأثرهما في استقلالية وإشباع حاجات المطلقة.

تناولت الإبراهيم (2007) الصحة النفسية لدى عينة من النساء الأردنيات المطلقات، في مدينة إربد وضواحيها، كما هدفت إلى معرفة أثر بعض المتغيرات كالوضع المهني للمرأة، ومستواها التعليمي، ومكان إقامتها بعد الطلاق، ومكان إقامة الأبناء بعد الطلاق في مستوى الصحة النفسية لدى أفراد العينة، المكونة من (210) امرأة مطلقة، وبعد تطبيق مقياس للصحة النفسية قامت الباحثة بتطويره، أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية لعينة الدراسة كان متوسطاً، وأن هناك أثراً لكل من المستوى التعليمي للمرأة، ووضعها المهني، ومكان إقامة أبنائها بعد الطلاق في مستوى الصحة النفسية لديها، في حين لم تظهر النتائج أثراً لمكان إقامة الزوجة بعد الطلاق في مستوى الصحة النفسية للمطلقات.

تناولت الخولي (2008) دراسة بعنوان: "نقص بعض المتغيرات الاجتماعية المرتبطة بالطلاق لدى الإناث"، وتكونت عينة الدراسة من (120) سيدة تتراوح أعمارهن بين (20-40) سنة من مستويات اقتصادية واجتماعية مختلفة واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي، ومقياس المشكلات الزوجية، ومقياس شوستروم للتوجه الشخصي وتحقيق الذات، ومقياس الاتجاه نحو الزواج، وتوصلت الدراسة إلى أن الاتجاه نحو الزواج وتحقيق الذات يحدد طبيعة المشكلات الزوجية وعلاقة هذه التغيرات بحدوث العلاقة خلال السنوات الخمس الأولى.

وقامت أنجل (Angel, 2008) بدراسة تحت عنوان العلاقة بين الإجهاد والاحترق النفسي والصلابة النفسية والدعم الاجتماعي لدى معلمي المدارس الثانوية في المدن، قام الباحث بفحص أثر المتغيرات السكانية من ناحية إحصائية، واستخدم معامل ارتباط بيرسون، وكانت نتائجها تبين وجود علاقة ارتباطية كبيرة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والإجهاد النفسي والاحترق النفسي، ووجود جزء كبير من التباين في مستويات الاحترق، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لكل من متغيرات العمر، ومستوى التعليم، وسنوات الزواج، وأثبتت النتائج أن تدني انضباط الطلاب وتدني مستوى دافعتهم للتعليم هي المصدر الرئيس المسبب للإجهاد لدى المعلم.

تناولت دراسة عبد المنعم (2009) بعنوان: "الأثار النفسية والجسمية ومشكلات التفاعل الاجتماعي المترتبة على الطلاق: دراسة مقارنة بين مجموعتين من المطلقات المصريات والكويتيات"، تكونت عينة الدراسة من (150) امرأة مطلقة، موزعين على مجموعتين فرعيتين (80 من المصريات و70 من الكويتيات) في مصر والكويت، وكانت أهم النتائج في تماثل ترتيب الأثار النفسية التي تعاني منها المطلقات، وإن كانت المصريات أكثر شعوراً بالوحدة والاكئاب، وإحساساً بالضيق والملل وخوفاً من المستقبل، وكذلك تماثلت المشكلات الجسمية بين المجموعتين، ولكن كانت المصريات أكثر معاناة من الصداع وضغط الدم والام المفاصل وسقوط الشعر، وبالنسبة لمشكلات التفاعل الاجتماعي، كانت المصريات أكثر عرضة لصراعات العمل، بينما كانت الكويتيات أكثر تعرضاً للشائعات، وكانت مشكلتا تقييد الحرية الشخصية والمراقبة الدقيقة لسلوك المطلقة أكثر مشكلات التفاعل مع أفراد الأسرة أهمية لدى المجموعتين، وكانت المصريات أكثر معاناة من تعلق الأبناء بالدهم وعدم القدرة على تلبية احتياجاتهم ومتابعتهم خارج الأسرة.

وقدم (المفرجي والشهري، 2008)، دراسة بعنوان الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، وقد تألفت عينة هذه الدراسة من (445) طالباً وطالبةً توزعوا على

النحو التالي (223) من الذكور و (222) من الإناث، وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية بين عينة الدراسة تبعاً لاختلاف مستوى دخل الأسرة مرتفع، ومتوسط، ومنخفض، وأن الفروق كانت في صالح عينة الدراسة من ذوي الدخل المرتفع مقابل ذوي الدخل المتوسط والمنخفض.

وأجرى (عايش، 2008) دراسة بعنوان سلوك العنف وعلاقته بالشعور بالندم والأحكام الخلقية لدى طلبة الجامعة، تضمنت الدراسة عينة قوامها (451) طالباً وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس من إعداد الباحث صيغت فقراته بأسلوب طريقة ليكرت في بناء فقرات المقاييس لقياس الشعور بالندم، ودلت النتائج بأن عينة الدراسة بشكل عام لديهم شعور بالندم، كما أظهرت النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية للشعور بالندم ولصالح الإناث .

في حين أجرى (أبو أسعد والمحاميد، 2009) دراسة بعنوان الندم الموقفي وعلاقته بالتكيف النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة، وتم تطبيق على عينة قوامها (250) طالباً وطالبة من طلبة مؤتة في الفصل الدراسي الثاني، وقد تم استخدام المتوسطات ومعامل ارتباط بيرسون وتحليل التباين الثنائي، وقد دلت النتائج على شعور الطلبة بالندم الموقفي التحصيلي بأعلى متوسط، ووجود ارتباط سلبي بين الندم الموقفي الجامعي وأبعاده وبين التكيف النفسي لدى الطلبة، كما دلت النتائج على وجود أثر للمستوى التحصيلي في الندم الموقفي والتكيف النفسي لدى الطلبة في بعض المستويات، ولم تظهر فروقاً تتعلق بالنوع الاجتماعي.

تناولت الشيراوي (2012) دراسة بعنوان: "أسلوب مواجهة الأرملة للضغوطات النفسية اليومية وعلاقته بالصلابة النفسية"، حيث تكونت عينة الدراسة من (50) أرملة بحرينية تم اختيارهن بطريقة عشوائية وتم تطبيق مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة واستبانة الصلابة النفسية عليهن، وقد أظهرت النتائج أن أسلوب التكيف الإيجابي مع ضغوطات الحياة هو الأسلوب السائد لدى الأرملة البحرينية، ورصدت علاقة إيجابية بين الصلابة النفسية للأرملة وكل من أسلوب التكيف الإيجابي وأسلوب التكيف السلبي لضغوطات الحياة اليومية، كما أن الأرملة ذوات التعليم الثانوي والجامعي أظهرن فروقاً دالة إحصائية في مستوى الصلابة عند مقارنتهن بذوات التعليم الابتدائي والاعدادي، ولم تظهر الدراسة وجود دلالة إحصائية للمتغيرات الآتية: ظرف الوفاة، وعدد الأبناء، وعمر الأرملة، وسنوات الترميل، والعمل وذلك في كل من أسلوب مواجهة الضغوط النفسية ودرجة الصلابة النفسية.

وفي دراسة أجراها (العبدلي، 2012) بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة، وتألفت عينة الدراسة من (200) طالباً من طلاب التعليم الثانوي موزعين على مكتبي الشرق والغرب، إذ تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية، وتم تطبيق مقياس الصلابة النفسية ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، وقد أظهرت النتائج التالية أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادهما لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين (غالبية) أساليب مواجهة الضغوط من جهة والصلابة النفسية وأبعادهما (الالتزام، التحكم، التحدي) من جهة أخرى، لدى الطلاب المتفوقين وكذلك العاديين، كما وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والعاديين في درجات أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية للصلابة لصالح المتفوقين، ووجدت فروق حقيقية بين المتفوقين والعاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

كما أجرى (الكبيكي وعبدالله، 2013) دراسة بعنوان الصحة النفسية وعلاقتها بالندم الموقفي لدى طلاب وطالبات الثانوية المتميزين والتميزات في مدينة الموصل، التي تكونت عينتها من (88) طالباً وطالبة، وطبق على عينة الدراسة مقياسان، أحدهما مقياس الصحة النفسية، ومقياس الندم الموقفي الذي بناه الأنصاري، وقد

أظهرت نتائج الدراسة تمتع طلبة الثانوية المتميزين والتميزات بالصحة النفسية حيث كان متوسط درجات الطلبة أعلى من المتوسط النظري للمقياس، وكان متوسط درجات الطلبة على مقياس الندم الموقفي أعلى من المتوسط النظري للمقياس، وارتباط الندم الموقفي بعلاقة سلبية (عكسية) مع الصحة النفسية، وكان مستوى الصحة النفسية لدى الذكور أعلى من مستوى الصحة النفسية لدى الإناث إلا إنه ليس هناك فرق في مستوى الشعور بالندم الموقفي بين الذكور والإناث.

في حين أجرى (صالح، 2013) دراسة بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر بمحافظة غزة، تألفت عينة هذه الدراسة من (232) طالباً وطالبة، وقد طور الباحثان مقياس الصلابة النفسية ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي لأغراض هذه الدراسة، وقد أظهرت النتائج أن هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى أفراد العينة، كما أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الصلابة النفسية طبقاً لمنحنيات الدراسة، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الطالبات، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى الدراسي على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة الأقصى وطلبة الأزهر على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي.

وجاءت (خنفر، 2014)، بدراسة بعنوان الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى الطالب الجامعي، إذ تألفت عينتها من (107) طالب وطالبة، تم اختيارها بطريقة قصدية متاحة، وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية (مخيمر، 2002)، مقياس مركز الضبط (أبي مولود، 2008)، وتوصلت نتائجها إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية ومركز الضبط، وأنه لا توجد فروق بين مركز الضبط والصلابة النفسية فيما يخص التخصص والجنس.

هذا وقد جاءت دراسة (الزواهرة، 2014) بعنوان العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية، التي تألفت عينتها من (400) طالب وطالبة، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر (2002)، ومقياس قلق المستقبل لشقير (2005)، ومقياس مستوى الطموح للرفاعي (2010)، حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل، وبين مستوى الطموح لدى طلاب جامعة حائل، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الطلبة على الصلابة النفسية وقلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير التخصص ولصالح التخصصات العلمية، وقلق المستقبل لصالح التخصصات الأدبية، وكذلك كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل وبين مستوى الطموح لصالح السنة الرابعة.

أما دراسة (الرشيد، 2015)، بعنوان التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالصلابة النفسية وإدارة الذات لدى طالبات جامعة القصيم، فتم إجراء الدراسة على عينة من طالبات جامعة القصيم والبالغ عددهن (80) طالبة، وذلك من خلال تطبيق المقاييس التالية، مقياس التوافق مع الحياة الجامعية إعداد روبرت بيكر ويوهدين سيرك تعريب على عبدالسلام (2008)، مقياس الصلابة النفسية إعداد كوبازا (Kobaza) تعريب عماد محمد مخيمر (2012)، مقياس إدارة الذات إعداد وتعريب هويدة حنفي (2013)، توصلت إلى النتائج التالية، توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التوافق مع الحياة الجامعية وكل من الصلابة النفسية وإدارة الذات الدراسية، وظهرت هناك اختلاف بين متوسطات درجات الطالبات الجامعيات على مقياس الصلابة النفسية

باختلاف مستوى التوافق مع الحياة الجامعية، واختلفت متوسطات درجات الطالبات الجامعيات على مقياس إدارة الذات باختلاف مستوى التوافق مع الحياة الجامعية.

تعقيب على الدراسات وموقع الدراسة الحالية:

من خلال عرض الدراسات السابقة يتبين تنوع أهداف تلك الدراسات، فالدراسات التي تناولت الندم الموقفي، تبنت المنهج الوصفي إذ ركزت على استكشاف علاقة الندم الموقفي بمجموعة من المتغيرات، كدراسة (أبو أسعد، 2009) التي هدفت إلى معرفة علاقة الندم الموقفي بالتكيف النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة، ودراسة (بيرسين وآخرون، 2000, Peersen, et al) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الندم العام والمحدد المرتفع ودور ذلك في الشخصية، ودراسة (كوبليز وبابيبي، 1997, Quiles & Bybee) التي هدفت إلى معرفة علاقة الشعور بالذنب بالصحة النفسية والتدين.

هذا وتتوعد العينات المستخدمة في الدراسات السابقة، ولكن في مجملها كانت تخاطب فئة الطلبة في مختلف المراحل التعليمية كدراسة (الرشيد، 2015) لدى عينة من طالبات جامعة القصيم والبالغ عددهن (80) طالبة، ودراسة (خنفر، 2014)، إذ تألفت عينتها من (107) طلاب وطالبات، تم اختيارها بطريقة قصدية متاحة، ودراسة (العبدلي، 2012)

وقد تناولت بعض الدراسات المرأة المطلقة ومنها دراسة عبد المنعم (2009)، ودراسة الخولي

(2008)، ودراسة الإبراهيم (2007)

ومن هنا نجد أن أغلب الدراسات التي تناولت الندم الموقفي، كانت على طلبة المرحلة الجامعية وتتفق مع الدراسة الحالية بالفئة العمرية المختارة، في حين تميّزت الدراسة الحالية بالمتغيرات التي تناولتها (الندم الموقفي) وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى المرأة المطلقة حديثاً، فبذلك تكون هذه الدراسة الأولى التي تناولت هذه العلاقة.

المنهجية والطريقة

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك، وتم التعرف عليهن من خلال مراكز التنمية الاجتماعية، ومؤسسات حماية الأسرة المنتشرة في الكرك، ووزارة العدل حيث بلغ عدد المطلقات (21969) حالة وزارة العدل لعام 2016، أما في الكرك (541) حالة.

عينة الدراسة:

لاختيار أفراد عينة الدراسة، فقد تم اختيار العينة المتوفرة حيث تم الاتصال بعدد كبير من هؤلاء النساء وعرض فكرة الدراسة عليهن وتم الحصول على أرقام هواتفهن من خلال وزارة العدل، وشؤون الأسرة، وجمعيات حماية الأسرة، وقد بلغ عدد النساء اللواتي تم التواصل معهن (256) امرأة، وقد استجاب لفكرة الدراسة وقد طبقت الدراسة (115) امرأة كانت هي مجموع أفراد عينة الدراسة.

أدوات الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس الندم الموقفي، ومقياس الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً.

أولاً: مقياس الندم الموقفي

قام الباحث بتطوير مقياس الندم الموقفي، استناداً إلى مقياس (الأنصاري، 2001 والمصري، 2006، والأدب النظري حول الندم) وللتأكد من صدق وثبات المقياس قام الباحث بحساب الصدق والثبات بالطرق التالية:

صدق المقياس:

أولاً: الصدق الظاهري

اعتمد الباحث على الصدق المنطقي من خلال عرض المقياس على 10 محكمين من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية، وطلب منهم إبداء الرأي في الفقرات من حيث ملائمة الفقرة للبعد الذي تقيسه ووضوح وسلامة الصياغة اللغوية، وأية تعديلات أو إضافات أخرى، وقد حُددت لصلاحية الفقرة معيار اتفاق (8) من المحكمين عليها، وبناء على رأي المحكمين، تم تثبيت الفقرات المناسبة والتغيير في صيغة (5) فقرات.

ثانياً: الصدق التلازمي

تم تطبيق مقياس الندم الموقفي على عينة مكونة من (20) امرأة، ثم تم تطبيق مقياس الندم الموقفي المحسوب صدقه في دراسة أعدها المصري عن الندم الموقفي (2006) على عينة مكونة من (20) امرأة من خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع، وتم استخراج معاملات الارتباط من نتائج المفحوصين على المقياسين باستخدام معامل بيرسون، وقد بلغ معامل الارتباط بين المقياسين 0.60، وللبعد الشخصي (0.81). وللبعد المهني (0.85). وللبعد الاجتماعي (0.76) مع الدرجة الكلية وهو يدل على وجود ارتباط إيجابي مناسب.

ثبات المقياس:

أولاً: الثبات بطريقة الإعادة للمقياس

تم استخراج الثبات بطريقة الإعادة من خلال إعادة تطبيق المقياس على عينة مكونة من (32) امرأة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة، وكانت الفترة الزمنية الفاصلة بين التطبيق الأول والثاني (19) يوماً، وبلغ معامل الثبات بطريقة الاختبار - إعادة الاختبار للندم الموقفي كأداة (0.65) وللبعد الشخصي (0.77) وللبعد المهني (0.68) وللبعد الاجتماعي (0.60) وهي قيم مقبولة.

ثانياً: الاتساق الداخلي

تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (25) امرأة، وأخضعت جميع الاستبيانات للتحليل عن طريق استخدام معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج معاملات الاتساق الداخلي، وقد كانت الدرجة الكلية 0.88، وللبعد الشخصي (0.71) وللبعد المهني (0.55) وللبعد الاجتماعي (0.51) مع الدرجة الكلية وهذا يدل على مستوى عالٍ من الاتساق الداخلي. وبناء على الطرق التي تم من خلالها استخلاص دلالات صدق وثبات المقياس يتضح أن المقياس يتمتع بدلالات صدق وثبات مقبولة وملائمة للدراسة الحالية. ولذلك فقد اختار الباحث هذا المقياس.

تصحيح المقياس:

تألف المقياس من (40) فقرة تقيس ثلاثة أبعاد وهي كما يلي:

1. الندم الشخصي وتمثله الفقرات: 1، 2، 3، 7، 16، 18، 19، 21، 22، 24، 27، 34، 36، 37، 38
 2. الندم المهني وتمثله الفقرات: 4، 6، 8، 11، 20، 31، 32، 33، 35، 39، 40
 3. الندم الاجتماعي وتمثله الفقرات: 5، 9، 10، 12، 13، 14، 15، 17، 23، 25، 26، 28، 29، 30.
- ولكل فقرة خمسة بدائل للإجابة وهي كما يلي: (أبداً، قليلاً، باعتدال، كثيراً، كثيراً جداً)، وجميع فقرات المقياس سلبية، وقد تراوحت الدرجة الكلية على المقياس بين (40-200) بحيث من يحصل على علامة تقترب من

(40) يدل على عدم وجود ندم موقفي لديه، ومن يحصل على علامة تقترب من (200) يدل على مستوى عال من الندم الموقفي.

ويتم الحكم على الدرجة من خلال المدى حيث إن المدى هو أكبر قيمة - أقل قيمة/ عدد الفقرات

$$1.33 = 3/1-5$$

الدرجة بين 1-2.33 تدل على مستوى منخفض من الندم الموقفي

الدرجة بين 2.34-3.66 تدل على مستوى متوسط من الندم الموقفي.

الدرجة بين 3.67-5 تدل على مستوى مرتفع من الندم الموقفي

ثانياً: مقياس الصلابة النفسية من إعداد (مخيمر، 2002)

هو أداة تعطي تقديراً كمياً للصلابة النفسية وتتكون من 47 عبارة تركز على جوانب الصلابة النفسية للفرد، وتقع الإجابة على المقياس في خمسة مستويات Likert Scale (دائماً - - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً)، وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين خمس درجات ودرجة واحدة، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية. ووفقاً للتراث المتاح- تقع الصلابة النفسية في ثلاثة أبعاد، هي:

أ-الالتزام Commitment: هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله. وهذا البعد يتكون من 16 عبارة. وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن الفرد أكثر التزاماً تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين.

ب-التحكم Control : ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، ويتضمن التحكم ما يلي: القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة، والتحكم المعرفي: أي القدرة على التفسير والتقدير للأحداث الضاغطة، والقدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للانجاز والتحدي (Kopasa, 1982)، وهذا البعد يتكون من 15 عبارة. وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسؤوليته الشخصية عما يحدث له.

ج-التحدي Challenge : وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعده على المبادرة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية (Kopasa, 1982)، وهذا البعد يتكون من 16 عبارة.

وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى اعتقاد الفرد بأن أي تغيير يطرأ على حياته إنما هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعده على المبادرة والاستكشاف والتحدي.

التأكد من الخصائص السيكومترية للأداة:

1- الصدق الظاهري (المحكمن)

تم عرض الأداة بصورتها الأولية على (8) من أعضاء هيئة التدريس وذوي الاختصاص في الجامعات الأردنية، من المتخصصين في الإرشاد وعلم النفس ، وطلب منهم إبداء الرأي بوضوح الصياغة، وانتفاء الفقرات

للأداة، ومناسبتها للبيئة الأردنية، وإبداء أية ملاحظات تتعلق بالحذف أو الإضافة، وتم اعتماد إجماع (6) محكمين؛ للحكم على صلاحية الفقرات، وبناء على رأي المحكمين تم تعديل صياغة (3) فقرات، وبقي عدد فقرات المقياس (47) فقرة.

2- صدق البناء الداخلي

تم حساب معاملات الارتباط بين أداء أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية على كل فقرة من فقرات مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس من خلال تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم (20) امرأة مطلقة من خارج العينة، وقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية والفقرات (0.68***)، وللأبعاد التحكم (0.62***)، والتحدي (0.64***)، والالتزام (0.50***) مع الدرجة الكلية، مما يدل على تمتع المقياس بصدق بناء داخلي.

3- تم التحقق من ثبات الأداة من خلال تطبيقها على عينة استطلاعية مكونة من (20) امرأة مطلقة من خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع، وتم حساب معادلة الثبات بطريقة الإعادة بفاصل زمني مقداره (19) يوماً، كما تم التحقق من ثبات الأداة وفقاً لمعادلة كرونباخ ألفا، والجدول (1) يبين نتائج الثبات لمقياس الصلابة النفسية.

جدول (1): الثبات بالإعادة والاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية

البعد	الثبات من خلال الإعادة	الثبات من خلال الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا
الالتزام	**0.66	0.65
التحدي	**0.76	0.68
التحكم	**0.63	0.71
الصلابة النفسية	**0.92	0.85

يتبين من نتائج الثبات أن المقياس يتمتع بدرجات قيم ثابتة ولذلك تم استخدام هذا المقياس .

ويتكون المقياس من ثلاثة أبعاد وهي:

أ-الالتزام: وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله. وتقيسه الفقرات: (1، 4، 7، 10، 13، 16، 18، 20، 23، 26، 29، 32، 35، 38، 41، 44)، وجميع تلك الفقرات إيجابية باستثناء الفقرات التالية: (7، 16، 23، 26، 35، 44).

ب-التحكم ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم القدرة على اتخاذ القرارات والقدرة على تفسير الأحداث والقدرة على المواجهة الفعالة للضغوط. وتقيسه الفقرات: (2، 5، 8، 11، 14، 17، 21، 24، 27، 30، 33، 36، 39، 42، 46)، وجميع تلك الفقرات إيجابية باستثناء الفقرات التالية تعد سلبية وهي: (11، 21، 30، 33، 36).

ج-التحدي: وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعده على مواجهة الضغوط بفاعلية. وتقيسه الفقرات: (3، 6، 9، 12، 15، 19، 22، 25، 28، 31، 34، 37، 40)،

43، 45، 47)، وجميع تلك الفقرات تعد إيجابية باستثناء الفقرات التالية كانت سلبية وهي: (19، 34، 40، 45).

تطبيق المقياس :

عند تطبيق المقياس على المفحوصين تم استخدام Likert Scale وهو: تطبيق دائماً (5)، تطبيق غالباً (4)، تطبيق أحياناً (3)، تطبيق نادراً (2)، لا تتطبق (1)، وهذا في حالة العبارات الإيجابية، ويتم عكس الدرجات في حالة العبارات السلبية .

ويتم الحكم على الدرجة من خلال المدى حيث إن المدى هو أكبر قيمة - أقل قيمة/ عدد الفقرات

$$1.33 = 3/1-5$$

الدرجة بين 1-2.33 تدل على مستوى منخفض من الصلابة النفسية

الدرجة بين 2.34-3.66 تدل على مستوى متوسط من الصلابة النفسية.

الدرجة بين 3.67-5 تدل على مستوى مرتفع من الصلابة النفسية

إجراءات الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بإجراء ما يلي:

- حصر مجتمع الدراسة وهو كل النساء المطلقات حديثاً.
- تم أخذ عينة متوفرة من النساء المطلقات حديثاً.
- تم تطوير مقياس الدراسة، والتحقق من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.
- تفرغ البيانات على الحاسب الآلي باستخدام البرامج الإحصائية المناسبة.
- تم الرجوع إلى الأدب النظري والاستفادة منه في مناقشة النتائج.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

السؤال الأول: ما مستوى الندم الموقفي لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك ؟

للإجابة على السؤال الحالي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدى النساء المطلقات حديثاً، والجدول (2) يبين نتائج ذلك.

جدول (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في الندم الموقفي لدى النساء المطلقات حديثاً

الرقم	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	التقدير
1	الندم الاجتماعي	3.22	0.49	3	متوسط
2	الندم المهني	2.41	0.57	1	متوسط
3	الندم الشخصي	3.32	0.48	2	متوسط
	الندم الموقفي الكلي	3.20	0.50		متوسط

يتبين من نتائج الجدول السابق أن الندم الموقفي لدى النساء المطلقات حديثاً كان متوسطاً سواء بالدرجة الكلية أو الأبعاد، وربما يعكس ذلك الموقف الذي حدث مع تلك النساء وخاصة أن خبرة الطلاق هي خبرة حديثة في حياتهن، وقد ظهر أن الندم الشخصي كان أعلى جانب يليه الندم الاجتماعي ثم الندم المهني، ويعزو الباحث ذلك لكون النساء يشعرن بالندم عن بعض الأخطاء اللاتي وقعن بها أثناء الزواج، من ناحية شخصية، وبلي ذلك طريقة التعامل مع العديد من الأشخاص بعد الطلاق وذلك أثر في الندم الاجتماعي لديهن، لكن جاء بالمرتبة الأخيرة الندم المهني لأن الطلاق ربما يرتبط أقل بالجانب المهني.

إن النتيجة السابقة تؤكد أهمية الاهتمام من قبل المرشدين بالنساء المطلقات حديثاً وخاصة في بداية الخبرة المؤلمة التي تعرضن لها، حتى لا يؤثر ذلك الندم في حياتهن مستقبلاً.

وتتفق مع نتيجة دراسة كويليز وبايبي (Quiles & Bybee, 1997) ومع دراسة بيرسين وآخرون (Peersen, et al 2000) ومع دراسة الأنصاري (2001).

السؤال الثاني: ما مستوى الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك ؟

للإجابة على السؤال الحالي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك، والجدول (3) يبين نتائج ذلك.

جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك

الرقم	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	التقدير
1	الالتزام	2.37	0.74	1	متوسط
2	التحدي	2.35	0.31	2	متوسط
3	التحكم	2.10	0.60	3	منخفض
	الدرجة الكلية	2.25	0.53		منخفض

يتبين من نتائج السؤال الحالي أن مستوى الصلابة النفسية بالدرجة الكلية جاء منخفضاً لدى النساء المطلقات حديثاً، وقد ظهر ذلك أيضاً في بعد التحكم، بينما جاء الالتزام والتحدي لدى النساء المطلقات متوسطاً، مما يدل على حاجة هؤلاء النساء للخدمات النفسية والاجتماعية والدعم، وكذلك حاجتهن إلى الاهتمام والرعاية نظراً للضغط الواقع عليهن.

ويفسر الباحث تلك النتيجة نظراً لأهمية الحدث التي تعرضت له النساء المطلقات ومستوى الضغط الواقع عليهن. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية جزئياً مع نتيجة دراسة كلارك وهارتمان (Clark & Hartman, 1996) كما تتفق مع نتائج دراسة أنجل (Angel, 2008).

السؤال الثالث: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الندم الموقفي والصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك ؟

للإجابة عن السؤال الحالي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، والجدول (4) يبين النتائج

جدول (4): معاملات الارتباط بين الندم الموقفي والصلابة النفسية لدى النساء المطلقات حديثاً في محافظة الكرك

الكرك

الندم الموقفي	الندم الشخصي	الندم المهني	الندم الاجتماعي	معامل الارتباط	
-0.42	-0.09	-0.23	-0.20	معامل الارتباط	الالتزام
0.00	0.96	0.04	0.07	مستوى الدلالة	
-0.51	-0.48	-0.10	-0.51	معامل الارتباط	التحدي
0.00	0.00	0.37	0.00	مستوى الدلالة	
-0.59	-0.40	-0.51	-0.44	معامل الارتباط	التحكم
0.00	0.00	0.00	0.00	مستوى الدلالة	
-0.39	-0.43	-0.54	-0.64	معامل الارتباط	الصلابة النفسية
0.00	0.00	0.00	0.00	مستوى الدلالة	

يتبين من نتائج معامل الارتباط السابق أن معظم الأبعاد كانت مرتبطة بطريقة سلبية معاً، وذات دلالة إحصائية بمعنى أنه كلما زاد الندم الموقفي لدى المرأة انخفض لديها مستوى الصلابة النفسية، والعكس صحيح حيث إن الارتباط عكسي بين الندم الموقفي وجميع أبعاد الصلابة النفسية والدرجة الكلية، كما ظهر ذلك بالدرجة الكلية بين الصلابة النفسية وجميع أبعاد الندم الموقفي، وكذلك في بعد التحكم مع الندم الاجتماعي والمهني والشخصي والموقفي، وكذلك في بعد التحدي مع الندم الاجتماعي والشخصي ، وكذلك في بعد الالتزام مع الندم المهني .

ويستنتج من تلك النتائج أن زيادة في الصلابة النفسية لدى المرأة المطلقة يقلل من ندمها الموقفي، وبالتالي تظهر الحاجة إلى التدريب على زيادة وتحسين الصلابة النفسية لدى هؤلاء النساء المطلقات.

وتتفق مع نتيجة دراسة تشينج وليو (Cheung & Liu, 1997) ومع دراسة بيرنان (Brennan, 2000) كما تتفق مع نتائج دراسة تونسي (2002) ومع دراسة الإبراهيم (2007) ومع دراسة الخولي (2008)، ومع دراسة عبد المنعم (2009).

توصيات الدراسة:

بناء على ما توصلت له نتائج الدراسة فإنه يوصى بما يلي:

1. ضرورة العمل من خلال ورش العمل في المراكز الاسرية على رعاية النساء قبل الطلاق حتى لا يقع.

2. إجراء برامج إرشادية للمطلقات حديثاً لتسهيل انتقالهن إلى الوضع الجديد للمساعدة في تقليل الندم الموقفي، وزيادة صلابتهن النفسية.
3. ضرورة دعم المطلقة من كافة الجهات والمؤسسات التربوية والثقافية والاجتماعية خاصة في بداية طلاقها.
4. إجراء دراسات مشابهة تعنى بتطوير برامج إرشادية للنساء المطلقات.

المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- الإبراهيم، أسماء. (2007). الصحة النفسية لدى عينة من النساء الأردنيات المطلقات. مجلة إربد للبحوث والدراسات، 11(1)، 159-189.
- أبو أسعد، أحمد والمحاميد، شاكر (2009). الندم الموقفي وعلاقته بالتكيف النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة. جامعة الملك سعود، 23(3)، 519-545.
- أبو أسعد، أحمد، والخاتتة، سامي (2011). سيكولوجية المشكلات الأسرية . المملكة الأردنية الهاشمية . عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع .
- الأنصاري، بدر محمد (2001). قياس الندم الموقفي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت من الجنسين. مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية ، 17(2)، 39-86.
- تونسي، عديلة (2002). القلق والامتناب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- الثاقب، فهد ثاقب (1999). المرأة والطلاق في المجتمع الكويتي - الأبعاد النفسية والاجتماعية والاقتصادية. مجلس النشر العلمي: الكويت.
- جبارة، عطية (1986). مشكلات اجتماعية وتربوية. مصر، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- جرادات، صالح (2000). حقوق المرأة في الإسلام دراسة مقارنة مع الواقع. القاهرة: عالم الكتب.
- حمادة، لولوه وعبد اللطيف، حسن (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، 12 (2)، 229-272.
- الخالدي، عطاء الله والعلمي، دلال (2009). الإرشاد الأسري والزواجي . المملكة الأردنية الهاشمية . عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع .
- خنفر، فتحية (2014). الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى الطالب الجامعي دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرياح ورقلة. بحث تخرج غير منشور، في علم النفس تخصص: علم النفس العيادي.
- الخولي، هناء (2008). دراسة لبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بالطلاق المبكر لدى الإناث. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، كلية التربية.

- راضي، زينب (2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الرشيد، لولوه (2015). التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالصلابة النفسية وإدارة الذات لدى طالبات جامعة القصيم. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القصيم.
- الزواهره، محمد خلف (2014). العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية.
- السيد، عبد المنعم (2007). أبعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية. مجلة الإرشاد النفسي، (21)، 157-201.
- الشعراوي، زيلعي (1993). أثر الصناعة في الأسرة دراسة في مدينة الدمام. حلب: دار الصابوني.
- الشيراوي، أماني (2012). أسلوب مواجهة الأرملة للضغوط النفسية اليومية وعلاقته بالصلابة النفسية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 13، 1 مارس، 12-41.
- صالح، عايدة شعبان (2013). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة جامعتي الأقصى والأزهر بمحافظة غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، جامعة الأقصى، غزة.
- صبحي، سيد (2003). الإنسان وصحته النفسية. القاهرة: الدار المصرية.
- عبد المنعم، الحسين (2009). الآثار النفسية والجسمية ومشكلات التفاعل الاجتماعي المترتبة على الطلاق: دراسة مقارنة بين مجموعتين من المطلقات المصريات والكويتيات، دراسات عربية في علم النفس، (2)8، 315-368.
- العبدلي، خالد بن محمد بن عبدالله (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعادين بمدينة مكة المكرمة. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية بجامعة أم القرى.
- عياش، ليث محمد (2008). سلوك العنف وعلاقته بالشعور بالندم والأحكام الخلقية لدى طلبة الجامعة. جامعة بغداد، كلية التربية - ابن الهيثم، أطروحة دكتوراه.
- الكلي، محسن وعبدالله، أحمد وبشير، مهنا (2013). الصحة النفسية وعلاقتها بالندم الموقفي لدى طلاب وطالبات ثانوية المتميزين والتميزات في مدينة الموصل. مجلة التربية والعلم، (1)20.
- المالكي، عبدالرزاق (2001). ظاهرة الطلاق في دولة الامارات العربية المتحدة . المملكة الأردنية الهاشمية . عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع .
- مخيمر، عماد . (2002) . مقياس الصلابة النفسية. القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

- المصري، محمد عبد المجيد. (2006). علاقة الندم الموقفي بفاعلية الذات لدى طلبة جامعة الإسراء الخاصة).
المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية، 9(2)، 166-181
- المفرجي، سالم محمد عبدالله والشهري، عبدالله علي أبو عراد (2008). الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى
عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى،
مكة المكرمة.
- الهزاني، نورة (2012). الطلاق (العوامل والأسباب)، دراسة ميدانية سعودية، المملكة الأردنية الهاشمية.
عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع .

ثانيا: المراجع الاجنبية:

- Angel, M. (2008). **Study of relationship of stress urban, hardiness and social support and urban, secondary school teachers**, Dissertation Abstract International: 91.
- Baumeister, R., Stillwall, A., & Heatherton, T. (1998). Guilt: An interpersonal approach. **Psychology Bulletin**, 115, 243-267.
- Brennan, L. (2000). Hardiness, Stress and perceived health of divorced women, **Journal of personality and social psychology**, 39(1), 481.
- Cheung, C. & Liu, E. S. (1997). Impact of social pressure and social support on distress among single parents in China. **Journal Divorce and Remarriage**, 26, 3-4: 65-82.
- Clark, L.M and Hartman, M. (1996). **Effects of hardiness and appraisal on the psychological distress and physical of caregivers to elderly relatives**. Research on aging, Vol.18 , No.1 , p 379-p 402.
- Encyclopedia: Remors (2005). **free-definition**, by a Kademia.
- Fletcher, D. & Sarker, M. (2013). Psychological Resilience A Review and Critique of Definition, Concept, and Theory. **European psychologist**, 18 (1), 12-23.
- Foster , Mindi D. & Dion , K. (2003) . **Dispositional Hardiness and women 's well – being relating to gender discrimination : The role of minimization , psychology of women Quarterly** . American Psychological Association , 27 , 35 , Blackwell Publishing " USA " . 197 – 208.
- Funk,S. (1992). Hardiness: A Review of Theory and Research, **Health Psychology** 11(5),335-345.
- Garson, M. (1998). **The relationship between hardiness, coping skills and stress in graduate students**. UMI Published doctoral dissertation, Adler school of professional psychology.
- Lazarus, R .(1976). **Pattern of adjustment**. McGraw–Hill: New York.
- Morris, G. & Albert A. Maisto (2001). **Understanding Psychology**, Prentice Hall, New Jersey.
- Peersen, M., Sigurdsson, J., Gudjonsson, G.(2000). The relationship between general and specific attribution of blame for a «serious» act and the role of personality». **Nordic Journal of Psychiatry**, 54(1)25 – 30.
- Quiles, Z., & Bybee, J. (1997). Chronic and Predisposition Guilt: Relations To mental Health, Per social Behavior and Religiosity». **Journal of Personality Assessment**, 69(1) , 104 – 126.

Tugade , M., Barbara, F. & Lisa, B. (2004). **Psychological Resilience and positive Emotional Granularity: Examining the Benefits of Positive Emotions on Coping and Health**. Author Manuscript, 72 (6), 1161-1190.